


ZIELONOGÓRSKI UNIwersytet TRZECIEGO WIEKU

Kontakt: al. Wojska Polskiego 9 65 - 077 Zielona Góra tel. 68 453-26-51 tel. kom. +48 727 018 099	Kontakt: www.utw.zgora.pl Polub nas: www.facebook.com/utw.zgora e-mail: kontakt@utw.zgora.pl
Organizacja Pożytku Publicznego wpisana do Krajowego Rejestru Sądowego pod numerem 0000013459 NIP: 929-131-63-84 REGON: 970397673 Bank BGŻ BNP Paribas S.A. Oddział w Zielonej Górze 55 2030 0045 1110 0000 0256 3310	

PROGRAM ZAJĘĆ NA MAJ 2025 ROKU

	<p><i>DZIEŃ MATKI</i></p> <p><i>Mama – to słowo, które znaczy miłość, bezpieczeństwo, dom.</i></p>
---	--

KOMUNIKATY. PROSIMY O ODNOTOWANIE.

- ❖ Przerwa majowa od 01 do 02 maja 2025 r. w ZUTW nie ma żadnych zajęć.
- ❖ Zakończenie roku akademickiego 2024/2025 - 21 maja 2025 roku w WOSiR w Drzonkowie. W tym dniu nie ma żadnych zajęć w ZUTW.
- ❖ Wczasy nad morzem w Pustkowie. Termin: od 26 maja do 6 czerwca 2025 r.
- ❖ Cottbus 28.05.2025 - zaproszenie dla słuchaczy ZUTW na kolejny Polsko-Niemiecki Festiwal Sportu Seniorów /więcej informacji na dalszych stronach programu/.
- ❖ Sekretariat ZUTW czynny od poniedziałku do piątku w godzinach od 08:00 -15:00.
- ❖ Kasa ZUTW czynna od poniedziałku do czwartku od 09:00-14:00 w piątki kasa nieczynna.
- ❖ Wystawy fotograficzne i malarstwa w ZUTW – zapraszamy do obejrzenia. Więcej informacji na dalszych stronach programu.



ZAPROSZENIE

Wydarzenie zrealizowano
przy pomocy finansowej
Miasta Zielona Góra.



Zarząd Zielonogórskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku ma zaszczyt zaprosić Szanownych Państwa na uroczyste **Zakończenie Roku Akademickiego 2024/2025** organizowane pod patronatem **Prezydenta Miasta Zielona Góra Marcina Pabierowskiego**. Uroczystość odbędzie się **21 maja 2025 roku** w Wojewódzkim Ośrodku Sportu i Rekreacji im. Zbigniewa Majewskiego w Drzonkowie. **Rozpoczęcie o godz. 11:00.**

Dojazd własny.

ZAKOŃCZENIE ODBĘDZIE SIĘ POD HASŁEM „ZIELONOGÓRSKI SENIOR W DOBREJ FORMIE” i zostaje połączone z **OBCHODAMI 50 – LECIA ISTNIENIA UNIwersytetów TRZECIEGO WIEKU W POLSCE.**

W programie:

- wystąpienie Prezydenta – Marcina Pabierowskiego
- przemówienie Prezes Zarządu ZUTW – Zofii Banaszak
- Cześć artystyczna:
 - koncert chóru „Moderato”,
 - **seniorzy w ruchu i tańcu:** wyjątkowe prezentacje grup tanecznych i gimnastycznych aktywnych seniorów z pasją z ZUTW.

Po zakończeniu części oficjalnej zapraszamy na poczęstunek.

Obowiązują zaproszenia – do pobrania w ZUTW.

ZAWIADOMIENIE

9 czerwca 2024 roku o godz. 16.00 w Wojewódzkiej i Miejskiej Bibliotece Publicznej im. Cypriana Norwida w Zielonej Górze w Sali Wykładowej im. Grzegorza Chmielowskiego odbędzie się **sprawozdawczo-wyborcze Zwyczajne Ogólne Zgromadzenie Członków Zielonogórskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku.**

PORZĄDEK

Zwyczajnego Ogólnego Zgromadzenia Członków Zielonogórskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Zielonej Górze

1. Otwarcie Zwyczajnego Ogólnego Zgromadzenia Członków.
2. Wybór Przewodniczącego Zwyczajnego Ogólnego Zgromadzenia Członków.
3. Odczytanie porządku obrad i jego przyjęcie.
4. Wybór Komisji Skrutacyjnej.
5. Wybór sekretarza Zwyczajnego Ogólnego Zgromadzenia Członków.
6. Stwierdzenie prawomocności Zwyczajnego Ogólnego Zgromadzenia Członków i jego zdolności do podejmowania uchwał.
7. Sprawozdanie Prezesa Zarządu ZUTW z działalności merytorycznej Zarządu za rok 2024.
8. Zatwierdzenie sprawozdania z działalności merytorycznej Zarządu ZUTW za rok 2024.
9. Sprawozdanie Komisji Rewizyjnej ZUTW z przeprowadzonych kontroli wraz z oceną działalności Zarządu.
10. Zatwierdzenie sprawozdania z działalności Komisji Rewizyjnej ZUTW za rok 2024r.
11. Sprawozdanie Prezesa Zarządu ZUTW z działalności finansowej w 2024r.
12. Podjęcie uchwały zatwierdzającej sprawozdanie finansowe za 2024r.
13. Podjęcie uchwały zatwierdzającej wynik finansowy roku 2024r.
14. Udzielenie absolutorium Zarządowi.
15. Wybór nowych członków Zarządu.
16. Podjęcie uchwały zatwierdzającej wybór nowych członków Zarządu.
17. Wybór nowych członków Komisji Rewizyjnej.
18. Podjęcie uchwały zatwierdzającej wybór nowych członków Komisji Rewizyjnej.
19. Dyskusja i wolne wnioski.
20. Zamknięcie obrad.

Zarząd ZUTW

Zapraszamy - prosimy o odnotowanie wydarzeń i skorzystanie z zaproszenia WiMBP.

MAJ 2025 *Biblioteka. Lubię Tu Być! Tydzień Bibliotek 2025* – od 8 do 15 maja 2025 – informacje na dalszych stronach programu /od str.18-19/. O pozostałych wydarzeniach w bibliotece będziemy Państwa informować na bieżąco w ZUTW i na FB.

WYSTAWY, KONCERTY, SPOTKANIA MUZYCZNE, TEATRALNE, SPOTKANIA KLUBOWE, WARSZTATY, WYJAZDY EDUKACYJNE, ZDROWOTNE, PRELEKCJE, JĘZYKI, GIMNASTYKI, ZAPOWIEDZI, GRATULACJE, PODZIĘKOWANIA, PROJEKTY I INNE

DZIEŃ	GODZ.	RODZAJ	TEMAT ZAJĘĆ	OPIS	PROWADZĄCY	MIEJSCE
poniedziałek 05.05.2025	09:30- 12:00	opłaty, inf.	Wczasy nad morzem w Pustkowie. Termin: od 26 maja do 6 czerwca 2025.	Będzie pobierana opłata za przejazd autokarem z Zielonej Góry do Pustkowa i na powrót oraz za ubezpieczenie (<i>ubezpieczenie płacą wszyscy niezależnie od środka transportu</i>).	Organizatorki wyjazdu.	ZUTW Sala Wrzosowa
poniedziałek 05.05.2025	10:00- 11:30	seminarium	„STACJA: LITERATURA” „Czy istnieją jeszcze autorytety? Wzorce osobowe dawniej i dziś”.	<i>Zapraszamy.</i>	dr Bożena Sicińska kier. Małgorzata Turzańska dr Marek Kurzawa słuchacze ZUTW	ZUTW Sala Słoneczna

poniedziałki 05.05.2025, 12.05.2025, 19.05.2025, 26.05.2025	10:00- 12:00	próby, warsztaty	KABARET „MONTE VERDE” Próby, warsztaty, przygotowanie nowych programów, występy.	Zapraszamy zainteresowanych. Zajęcia odpłatne.	Jarosław Marek Sobański kabareciarz	ZUTW Sala Klubowa
poniedziałki 05.05.2025, 19.05.2025, 26.05.2025	12:15- 14:00	wykłady, warsztaty	GRUPA FOTOGRAFICZNO – FILMOWA „KWADRAT” . Warsztaty, wykłady, ćwiczenia.	GRUPA obsługująca spotkania i wydarzenia w ZUTW.	kier. Bolesław Polarczyk słuchacz ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
poniedziałki 05.05.2025, 12.05.2025, 19.05.2025, 26.05.2025	13:30- 15:30	gry	KLUB SZACHOWY Gry usprawniające pamięć (szachy, warcaby i różne gry planszowe).	ZUTW Zapraszamy.	kier. Stanisław Jeżowski słuchacz ZUTW	ZUTW Sala Słoneczna
poniedziałki 05.05.2025, 12.05.2025, 19.05.2025, 26.05.2025	16:30- 18:00	próby, warsztaty, koncerty	CHÓR „MODERATO” Przygotowanie do koncertów, koncerty.	<i>Zajęcia odpłatne.</i> Zapraszamy zainteresowanych słuchaczy.	Dyrygent: Jakub Gościński kier. Maria Jolanta Lorens, Teresa Tropak	ZUTW Sala Klubowa
poniedziałek 05.05.2025	18:00	występ	KABARET „RETRO” /dawniej TEATR „IMPRESJE”/ Występ pt. „Szalone nożyczki”.	Zapraszamy do Zespołu.	dr Teresa Samulczyk pedagog teatru słuchaczka ZUTW	WiMBP Filia nr 4 ul. Żołnierzy II Armii 30/40 ZG
wtorek 06.05.2025	09:00	spotkanie	Wizyta w ZUTW wicewojewody Lubuskiego Tomasza Nesterowicza – rozmowy nt. „ Polityki senioralnej ”.	Dziękujemy za możliwość spotkania i rozmowy nt. polityki senioralnej w naszym regionie.	Spotkanie Wicewojewody z Zarządem i słuchaczami ZUTW.	ZUTW
wtorek 06.05.2025	10:00- 12:00	przeгляд zdjęć	KLUB FOTOGRAFICZNY „FOTOOKO” Sprawy organizacyjne oraz przeгляд zdjęć na wystawy fotograficzne.	Zapraszamy członków KLUBU.	kier. Regina Pawliczak słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
wtorki 06.05.2025, 13.05.2025, 20.05.2025, 27.05.2025	12:45- 14:45	próby, warsztaty	ŚPIEWNIK UNIERSYTECKI „Maj, miłość, MAMA”.	Zapraszamy do zespołu.	kier. Mirosława Branicka – Polarczyk, Wanda Rejman słuchaczki ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
wtorki 06.05.2025, 13.05.2025, 20.05.2025, 27.05.2025	14:00- 16:00	PING PONG	KLUB PING PONGA Propozycja dla słuchaczy ZUTW umiejących grać w PING PONGA oraz dla chcących się tej gry nauczyć /dla pań i panów/	Zakończenie zajęć w maju br. Została podpisana UMOWA prawna pomiędzy WOSiR a ZUTW obowiązująca do końca maja 2025 roku. Miejsce: Hala Sportowa WOSiR Zajęcia odpłatne.	<i>Obowiązuje strój sportowy, obuwie sportowe zmienne, własne rakiетки .</i> kier. Aleksandra Kmiećkowiak, Janusz Mróz słuchacze ZUTW	WOSiR Drzonków ul. Drzonków- Olimpijska 20

wtorek 06.05.2025	17:00	spotkanie	KLUB Tygodnika Powszechnego DUCHOWA ROLA DZIADKÓW.	Spotkanie z cyklu Wieczory Franciszkańskie Zapraszamy. <i>Wstęp wolny.</i>	Prowadzący: o. Witold Kuźma wikariusz klasztorny i parafialny duszpasterz	Klasztor Franciszkanów, sala katechetyczna ul. Kilińskiego 5 w Zielonej Górze
środa 07.05.2025	08:00	wyjazd po zdrowie BURG TERMNY	TERMY - BURG TERAPIA, REHABILITACJA w ciepłych źródłanych wodach termalnych w Burgu –Spreewald.	Wjazd o godz.8:00 powrót ok.18:00. Więcej inf. na tablicy ogłoszeń w ZUTW.	Organizator: Biuro EXODUS <i>Zapisy i opłaty w biurze ZUTW.</i>	Wjazd przystanek CASTORAMA
środa 07.05.2025	09:15	koncert	ZESPÓŁ WOKALNO – ESTRADOWY „AKOLADA” Koncert pt. „ Wiosna ma imię KOBIETA ” dla seniorów z Dziennego Domu „Senior+”.	Seniorzy – seniorom. <i>Śpiew może być źródłem terapii i źródłem radości.</i>	Aleksandra Matusiak – Kujawska pedagog tańca i śpiewu	Dzienny Dom „Senior+” ul. Mikołaja Reja 8 ZG
środy 07.05.2025, 14.05.2025, 28.05.2025	09:30- 11:30	spotkania, warsztaty	KLUB HAFTU „ATŁASEK” Wiosenne kolory na szydełku i drutach, serwety, chusty, zakładki, itp.	Zapraszamy do KLUBU.	kier. Małgorzata Bąkowska, Grażyna Borodynko słuchaczki ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
środy 07.05.2025, 14.05.2025, 28.05.2025	10:00- 12:30	wykłady, warsztaty	ZESPÓŁ PLASTYCZNY „KONTRAPOST” Zapraszamy na zajęcia zainteresowanych malarstwem słuchaczy.	Przygotowanie do wystawy, plenery.	Leopold Kolbiarz malarz Członek Honorowy ZUTW kier. Helena Lebiecka słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Słoneczna
środa 07.05.2025	11:00	konferencja	ZAPROSZENIE w imieniu Prezydenta Miasta Zielona Góra Marcina Pabierowskiego przekazano nam zaproszenie na konferencję podsumowującą 1. Rok Prezydentury.	Zapraszamy zainteresowanych.	Wstęp wolny.	MZL al. Niepodległości 15 Zielona Góra
środa 07.05.2025	18:00	spotkanie	KLUB Tygodnika Powszechnego. "Ukraińscy uchodźcy własnym głosem o sobie".	Goście: Łukasz Budzyński doktor nauk społecznych, socjolog. Tomasz Marcinkowski, doktor nauk społecznych, politolog. Joanna Lubimow doktor nauk społecznych z zakresu bezpieczeństwa, prawnik.	Moderator spotkania: dr hab. Mariusz Kwiatkowski Organizacja: wspólnie z Polskim Towarzystwem Socjologicznym (Oddział Zielonogórski)	Piekarnia <i>Cichej Kobiety</i> ul. Fabryczna 13 w Zielonej Górze
czwartek 08.05.2025	10:00- 11:00	wykład, warsztaty	PRACOWNIA EDUKACJI FOTOGRAFICZNEJ Estetyka.	Nauczanie odbywa się niezależnie od posiadanego sprzętu: może być smartfon lub aparat cyfrowy. Zajęcia zakończą się wystawą fotograficzną podsumowującą rok nauczania. <i>Zajęcia odpłatne.</i>	Paweł Janczaruk fotograf Członek Honorowy ZUTW kier. Jolanta Klim słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Zielona

czwartek 08.05.2025, 22.05.2025	10:00- 12:00	warsztaty	Zespół Plastyczny „Dekoratornia” Korale, bransoletki, wisiorki.	Zapraszamy do Klubu	kier. Zespołu: Anna Barcka, Małgorzata Bąkowska słuchaczki ZUTW	ZUTW Sala Słoneczna
czwartek 08.05.2025	10:00- 11:00	szkolenie cz. I	BEZPŁATNE SZKOLENIE Z KOMPETENCJI CYFROWYCH CZ.I Usługi e-urząd skarbowy. Agenda spotkania: Prezentacja *systemu umawiania wizyt w urzędzie US Omówienie *funkcjonalności e-US: *Zaświadczenia, *Twój e-PIT *Aplikacja e-US Inne. *Omówienie podstawowych ulg: *Ulga rehabilitacyjna, *Darowizny, *Ulga termomodernizacyj na. Dyskusja i odpowiedzi na pytania	Udział biorą słuchacze /3 grupy – 36 osób/, którzy uczestniczyli w szkoleniu z kompetencji cyfrowych organizowanych przez Integrum Spółka z o.o	Spotkanie poprowadzą kierownicy referatów obsługi w Pierwszym Urzędzie Skarbowym w Zielonej Górze Joanna Piotrowska i Michał Wojtowicz.	ZUTW Sala Słoneczna
czwartek 08.05.2025	10:00- 15:00	edukacja komputerowa cz. II	BEZPŁATNE SZKOLENIE Z KOMPETENCJI CYFROWYCH Warsztaty VR Wirtualna rzeczywistość (VR, virtual reality) to termin, który odnosi się do technologii komputerowej, która pozwala użytkownikom doświadczać i wchodzić w interakcje z trójwymiarowym cyfrowo symulowanym środowiskiem.	Po zakończeniu 3-dniowych szkoleń w trzech grupach ostatnie spotkanie będzie poświęcone praktycznym ćwiczeniom z wykorzystaniem gogli VR, co pozwoli w przyjazny sposób utrwalić nowo zdobyte umiejętności i poznać najnowsze trendy w technologii wirtualnej rzeczywistości. Dzięki specjalnym goglom VR. użytkownicy mogą czuć się, jakby byli w zupełnie innym miejscu — na przykład w wirtualnym świecie gier, historycznym mieście czy nawet w kosmosie. Technologia ta wykorzystuje też inne urządzenia, aby stworzyć wrażenie realności i umożliwić nam przeniesienie się do miejsc, które są niedostępne w rzeczywistości.	Prowadzenie: zarządzający Integrum Spółka z o.o Sebastian Bortnik Tomasz Gładysz Finansowanie z Krajowego Planu Odbudowy i Zwiększania Odporności oraz Unii Europejskiej i NexGenerationEU. Organizator: Integrum Spółka z o.o Zielona Góra. Uczestnicy otrzymają certyfikaty ukończenia szkoleń. <i>Projekt STOP WYKLUCZENIU „Digital People”.</i>	ZUTW Sala Słoneczna

czwartek 08.05.2025	11:00- 12:00	wykład, warsztaty	OBSŁUGA SMARTFONOWYCH APLIKACJI Ochrona danych osobowych, RODO.	Nauka odbywa się na tabletach. <i>Zajęcia odpłatne.</i>	Paweł Janczaruk fotograf Członek Honorowy ZUTW kier. Jolanta Lorens słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Zielona
czwartek 08.05.2025	12:00- 14:00	wykład, warsztaty	KLUB MIŁOŚNIKÓW GRAFIKI AI /KMG AI/ Zapoznanie z najnowszymi technikami w grafice AI.	Zapraszamy.	Pomysłodawca i prowadzenie KLUBU Kazimierz Błaszyński słuchacz ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
czwartki 08.05.2025, 15.05.2025, 22.05.2025, 29.05.2025	14:00- 16:00	PING PONG	KLUB PING PONGA Propozycja dla słuchaczy ZUTW umiejących grać w PING PONGA oraz dla chcących się tej gry nauczyć /dla pań i panów/.	Zakończenie zajęć w maju br. Została podpisana UMOWA prawna pomiędzy WOSiR a ZUTW obowiązująca do końca maja 2025 roku. Miejsce: Hala Sportowa WOSiR <i>Zajęcia odpłatne.</i>	<i>Obowiązuje strój sportowy, obuwie sportowe zmienne, własne rakiетки .</i> kier. Waldemar Łukasz, Ewa Rozpędowska słuchacze ZUTW	WOSiR Drzonków ul. Drzonków- Olimpijska 20
piątek 09.05.2025	08:00	wg.inf.	KLUB FOTOGRAFICZNY „FOTOX” Plener fotograficzny w Geoparku na Łuku Mużakowskim.	W drodze powrotnej zwiedzanie Pałacu Brühla w Brodach. Zapraszamy członków KLUBU.	Kazimierz Błaszyński kier. KLUBU słuchacz ZUTW	wg inf. w KLUBIE
piątki 09.05.2025, 16.05.2025, 30.05.2025	09:00- 11:00	warsztaty, wykłady	ZESPÓŁ PLASTYCZNY TERMOPILE Warsztaty akwarelowe „Pejzaż z wodą”.	Ćwiczenia posłużą do stworzenia własnego obrazu. <i>Zajęcia odpłatne.</i>	Cezary Bednarczyk malarz kier. Zespołu Zygmunt Jankowski słuchacz ZUTW	ZUTW Sala Słoneczna
piątki 09.05.2025, 16.05.2025, 23.05.2025, 30.05.2025	11:15- 13:15	warsztaty, wykłady	ZESPÓŁ PLASTYCZNY „PASTELE” Portret tonalny Technika akrylowa lub olejna.	Ćwiczenia posłużą do stworzenia szkicu akrylowego lub olejnego. <i>Zajęcia odpłatne.</i>	Cezary Bednarczyk malarz kier. Zespołu Teresa Kłossowska- Lubos, Halina Bohdanowicz słuchaczki ZUTW	ZUTW Sala Słoneczna
piątki 09.05.2025, 16.05.2025, 23.05.2025, 30.05.2025	14:00- 18:00	rozgrywki brydżowe	KLUB BRYDŻOWY Rozgrywki.	Zapraszamy zainteresowanych słuchaczy.	kier. Anna Kwolek Mirosława Mięsiak słuchaczki ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
sobota 10.05.2025	09:00- 13:00	sadzenie lasu	ZAPROSZENIE „Posadźmy razem las!” LASY NA NOWE 100- LECIE.	Słuchacze ZUTW wraz z rodzinami od lat biorą udział w tej pięknej akcji. <i>Zapraszamy i teraz.</i>	Nadleśnictwo Zielona Góra oraz Nadleśnictwo Przytok zapraszają na wspólne sadzenie lasu.	Miejsce – teren w pobliżu siedziby Nadleśnictwa Zielona Góra, w sąsiedztwie skrzyżowania ul. Ceramicznej i ul. Łużyckiej w Zielonej Górze.

sobota 10.05.2025	10:00- 15:00	PIKNIK	MAJ W NORWIDZIE Piknik Rodzinny-udział biorą słuchacze ZUTW.	Zapraszamy.	WIĘCEJ INFORMACJI NA: WWW. BIBLIOTEKA. ZGORA.PL	Gmach Główny WiMBP oraz parking Biblioteki, al. Wojska Polskiego 9
sobota 10.05.2025	16:00	spotkanie	Centrum Przyrodnicze Klub Podróżnika „Duże podróże za pieniądze (nie)duże” – spotkanie z podróżnikiem Krzysztofem Krygierem „Laos – perła Indochin”.	Krzysztof Krygier podróżnik	<i>Zapraszamy.</i>	Centrum Przyrodnicze ZG ul. Dąbrowskiego 14
poniedziałek 12.05.2025	10:30- 12:00	wykład	KLUB FILOZOFICZNY „COGITO” Jaka jest różnica między życiem a egzystencją?	Zapraszamy.	dr Paweł Walczak UZ kier. Jerzy Lewandowski, Anna Barbara Czarnecka słuchacze ZUTW	ZUTW Sala Słoneczna
poniedziałek 12.05.2025	16:00	otwarcie wystawy	MAJ W NORWIDZIE Wernisaż malarstwa Małgorzaty Kuźmińskiej.	Małgorzata Kuźmińska słuchaczka z grupy plastycznej Zielonogórskiego Uniwersytetu Trzeciego Wiek		WiMBP Filia nr 12, ul. Morelowa 34
poniedziałki 12.05.2025, 19.05.2025	11:00- 12:30	próby, warsztaty	KABARET „RETRO” /dawniej TEATR „IMPRESJE”/ Próby do nowego spektaklu pt. „Kto zabił”?	Zapraszamy do Zespołu.	dr Teresa Samulczyk pedagog teatru słuchaczka ZUTW	Dom Kultury NOVITA ZG ul. Żołnierzy 2 Armii 30-40
poniedziałki 12.05.2025	wg. Inf.	plener	GRUPA FOTOGRAFICZNO – FILMOWA „KWADRAT”. Plener fotograficzno – filmowy.	GRUPA obsługująca spotkania i wydarzenia w ZUTW.	kier. Bolesław Polarczyk słuchacz ZUTW	wg inf. w GRUPIE
wtorek 13.05.2025	09:00- 10:00	wykład, dyskusja	KLUB FOTOGRAFICZNY „FOTOOKO” Spotkanie w BWA.	Zapraszamy członków KLUBU.	Wojciech Kozłowski dyr. BWA	BWA Zielona Góra al. Niepodległości 19
wtorek 13.05.2025	09:30- 12:00	opłaty, inf.	Wczasy nad morzem w Pustkowie. Termin: od 26 maja do 6 czerwca 2025 r.	Będzie pobierana opłata za przejazd autokarem z Zielonej do Pustkowa i na powrót oraz za ubezpieczenie (ubezpieczenie płacą wszyscy niezależnie od środka transportu).	Organizatorki wyjazdu.	ZUTW Sala Słoneczna

środa 14.05.2025	12:00	spotkanie	ZESPÓŁ POMOCY KOLEŻEŃSKIEJ Spotkanie z 85-latkami.	Zapraszamy.	Elżbieta Szcześniak słuchaczka ZUTW koordynator: Zofia Biniewska-Dobrzyńska członek Zarządu	ZUTW Sala Klubowa
środy 14.05.2025	13:00-14:30	warsztaty, próby	ZESPÓŁ WOKALNO – ESTRADOWY „AKOLADA” Warsztaty, próby, koncerty.	Zajęcia odpłatne.	Aleksandra Matusiak – Kujawska pedagog tańca i śpiewu kier. Barbara Ciorga-Kwiecień Estera Dolińska słuchaczki ZUTW	ZUTW Sala Słoneczna
środa 14.04.2025	16:00	prelekcja	KLUB FILOZOFICZNY „COGITO” „Spotkanie z historią i kulturą Żydów”.	Zapraszamy.	Lidia Mróz nauczycielka historii i języka polskiego	ZUTW Sala Słoneczna
czwartek 15.05.2025	10:00-11:00	wykład, warsztaty	PRACOWNIA EDUKACJI FOTOGRAFICZNEJ Praktyka.	Nauczanie odbywa się niezależnie od posiadanego sprzętu: może być smartfon lub aparat cyfrowy. Zajęcia zakończą się wystawą fotograficzną podsumowującą rok nauczania. <i>Zajęcia odpłatne.</i>	Paweł Janczaruk fotograf Członek Honorowy ZUTW kier. Jolanta Klim słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Zielona
czwartek 15.05.2025	11:00-12:00	wykład, warsztaty	OBSŁUGA SMARTFONOWYCH APLIKACJI Ochrona wizerunku i prawo do prywatności.	Nauka odbywa się na tabletach. <i>Zajęcia odpłatne.</i>	Paweł Janczaruk fotograf Członek Honorowy ZUTW kier. Jolanta Lorens słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Zielona
czwartek 15.05.2025	11:00	występ	KABARET „RETRO” /dawniej TEATR „IMPRESJE”/ Występ pt. „Szalone nożyczki”.	„Zakład Karny w Krzywańcu w readaptacji społecznej przez sztukę”.	dr Teresa Samulczyk pedagog teatru słuchaczka ZUTW	Zakład Karny w Krzywańcu.
czwartek 15.05.2025	12:00-14:00	wykład, warsztaty	KLUB MIŁOŚNIKÓW GRAFIKI AI /KMG AI/ Praca w poznanych nowych technikach graficznych AI – tworzenie zaawansowanych projektów graficznych.	Zapraszamy.	Pomysłodawca i prowadzenie KLUBU Kazimierz Błaszyński słuchacz ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
czwartek 15.05.2025	14:00-15:00	prelekcja, rozmowy	ZESPÓŁ „AWOKADO” Żywność funkcjonalna.	Zapraszamy.	kier. Edward Ciaś słuchacz ZUTW	ZUTW Sala Słoneczna
czwartek 15.05.2025	14:30-15:45	wykład	KLUB GEOLOGICZNY „Mezozoik – nowa era w historii Ziemi”.	Zapraszamy.	kier. Elżbieta Dąbrowska - Żurawik geolog słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
czwartek 15.05.2025	16:00	prelekcja, spotkanie	KLUB KAMIENI i MINERAŁÓW „KRYSZTAŁ” „Kryształy w służbie miłości i związków”.	Zapraszamy.	kier. Maria Siatecka słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Klubowa

czwartek 15.05.2025	18:00	debata	<p>KLUB Tygodnika Powszechnego. Debata: „Polacy - Niemcy: do czego zobowiązuje sąsiedztwo? ” Debata będzie jedną z debat przygotowanych przez kluby „Tygodnika Powszechnego” jako „Debaty pokoju”, poprzedzające XII Zjazd Gnieźnieński (Gniezno 11-14 września 2025).</p>	<p>Goście: Czesław Fiedorowicz – pogranicznik Barbara Krzeszewska-Zmyślony – germanistka</p>	<p>Moderator spotkania: Konrad Stanglewicz – dziennikarz.</p> <p>Wstęp wolny.</p>	<p>Piekarnia <i>Cichej Kobiety</i> ul. Fabryczna 13 w Zielonej Górze</p>
piątek 16.05.2025	10:00-12:00	przeгляд zdjęć, warsztaty	<p>KLUB FOTOGRAFICZNY „FOTOX” Poplenerowy przeгляд zdjęć i ich omówienie.</p>	<p>Zapraszamy członków KLUBU.</p>	<p>Kazimierz Błaszyński kier. KLUBU słuchacz ZUTW</p>	<p>ZUTW Sala Klubowa</p>
sobota 17.05.2025	07:00	wycieczka	<p>KLUB KRAJOZNAWCZO-TURYSTYCZNY „CIEKAWI ŚWIATA” Wycieczka na święto kwitnących rododendronów.</p>	<p><u>W programie:</u> Park Rododendronów Kromlau, Park Głazów Narzutowych w Nochten, Park Mużakowski.</p>	<p>Prowadzący: Henryka Frankiewicz pilot – przewodnik kier. KLUBU słuchaczka ZUTW</p>	<p>Zbiórka: godz. 7:00 parking Stara Gazownia ul. Zamkowa ZG</p>
sobota 17.05.2025	11:00-13:00	ŁĄKA KWIETNA	<p>ZAPROSZENIE na wydarzenie w Muzeum Etnograficznym pt. „Łąka kwietna w Dworze”. Podczas wydarzenia (dzieci przedszkolne, rodziny z dziećmi, seniorzy) będą mogli zasiać łąkę kwietną na przeznaczonym do tego miejscu na terenie Dworu w Ochli.</p>	<p>W trakcie wydarzenia opowiemy uczestnikom o pożytkach dla przyrody wynikających z istnienia łąk oraz roli jaką spełniają pszczoły.</p>	<p>Waldemar Wojcieszonek specjalista ds. marketingu Muzeum Etnograficznego w Ochli <i>Zapraszamy słuchaczy z rodzinami.</i></p>	<p>Barokowy Dwór w Ochli Ochla-Górna 4</p>
sobota 17.05.2025	17:00-23:00	Noc Muzeów	<p>SPOTKANIA MUZEALNE NOC MUZEÓW Afrykańska Noc w MZL – Skarby Czarnego Łądu.</p>	<p>Wolontariuszami podczas Nocy Muzeum w MZL tradycyjnie od lat będą słuchacze ZUTW. Zapraszamy.</p>	<p>Kuratorzy: dr Longin Dzieżyc, Justyna Lubas-Wałęcka <i>Program na tablicy ogłoszeń w ZUTW.</i></p>	<p>Muzeum Ziemi Lubuskiej al. Niepodległości 15</p>

poniedziałek 19.05.2025	10:00- 11:30	seminarium	„STACJA: LITERATURA” "Obraz relacji człowiek - natura w literaturze dawnej i współczesnej".	<i>Zapraszamy.</i>	dr Bożena Sicińska kier. Małgorzata Turzańska dr Marek Kurzawa słuchacze ZUTW	ZUTW Sala Słoneczna
poniedziałek 19.05.2025	12:00	spotkanie	ZESPÓŁ ASYSTENT Przydział zadań.	Wspomaganie działań Zarządu, obsługa słuchaczy. <i>Zapraszamy do Zespołu.</i>	Maria Wróblewska kier. Zespołu słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Słoneczna
wtorek 20.05.2025	wg inf.	wycieczka	KLUB FOTOGRAFICZNY „FOTOOKO” Wycieczka do Rydzyny i Pawłowic.	Zapraszamy członków KLUBU.	kier. Regina Pawliczak słuchaczka ZUTW	wg inf. w KLUBIE
środa 21.05.2025	11:00	zakończenie roku	Zarząd Zielonogórskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku ma zaszczyt zaprosić Szanownych Państwa na uroczyste Zakończenie Roku Akademickiego 2024/2025 organizowane pod patronatem Prezydenta Miasta Zielona Góra Marcina Pabierowskiego.	Uroczystość odbędzie się 21 maja 2025 roku w Wojewódzkim Ośrodku Sportu i Rekreacji im. Zbigniewa Majewskiego w Drzonkowie. Rozpoczęcie o godz. 11:00. <i>Zaproszenia do pobrania w sekretariacie ZUTW.</i> Realizacja zadania publicznego pn. „ZIELONOGÓRSKI SENIOR W DOBREJ FORMIE”. Dojazd własny.	Zakończenie odbędzie się pod hasłem „Zielonogórski senior w dobrej formie” i zostaje połączone z obchodami 50 – lecia istnienia Uniwersytetów Trzeciego Wieku w Polsce. Więcej na str. 1 programu. <i>Wydarzenie zrealizowano przy pomocy finansowej Miasta Zielona Góra.</i>	Wojewódzki Ośrodek Sportu i Rekreacji im. Zbigniewa Majewskiego w Drzonkowie ul. Olimpijska
czwartek 22.05.2025	10:00- 11:00	wykład, warsztaty	PRACOWNIA EDUKACJI FOTOGRAFICZNEJ Komputery.	Nauczanie odbywa się niezależnie od posiadanego sprzętu: może być smartfon lub aparat cyfrowy. Zajęcia zakończą się wystawą fotograficzną podsumowującą rok nauczania. Zajęcia odpłatne.	Paweł Janczaruk fotograf Członek Honorowy ZUTW kier. Jolanta Klim słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Zielona
czwartek 22.05.2025	10:00- 11:30	analiza tekstów, rozmowy, warsztaty	ZESPÓŁ LITERACKO- POETYCKI „OKSYMORON” - c.d. pisanie bajek - poezja Krystyny Miłobędzkiej -ćwiczenia warsztatowe	<i>Zapraszamy zainteresowanych słuchaczy.</i>	Prowadzenie: dr Mirosława Szott	WiMBP Pro Libris Café im. Andrzeja Waśkiewiczza al. Wojska Polskiego 9
czwartek 22.05.2025	10:30	koncert	SPIEWNIK UNIWERSYTECKI "Maj, miłość, mama". Koncert dla seniorów z Dziennego Domu „Senior-Wigor”.	SENIORZY – SENIOROM <i>Radość życia może trwać do końca – zwłaszcza w śpiewie.</i>	kier. Mirosława Branicka – Polarczyk, Wanda Rejman słuchaczki ZUTW	Dzienny Dom „Senior - Wigor” Osiedle Pomorskie 29 ZG

czwartek 22.05.2025	11:00- 12:00	wykład, warsztaty	OBSŁUGA SMARTFONOWYCH APLIKACJI Kradzież tożsamości.	Nauka odbywa się na tabletach. <i>Zajęcia odpłatne.</i>	Paweł Janczaruk fotograf Członek Honorowy ZUTW kier. Jolanta Lorens słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Zielona
czwartek 22.05.2025	12:00- 14:00	wykład, warsztaty	KLUB MIŁOŚNIKÓW GRAFIKI AI /KMG AI/ Wykład i projekcja filmu na temat: „ Sztuczna inteligencja – rozwój, zastosowania i zagrożenia dla cywilizacji.	Zapraszamy.	Pomysłodawca i prowadzenie KLUBU Kazimierz Błaszyński słuchacz ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
piątek 23.05.2025	10:00- 12:00	przeгляд zdjęć, warsztaty	KLUB FOTOGRAFICZNY „FOTOX” Przygotowanie do pleneru fotograficznego pt. „Poznajemy Bydgoszcz”.	Zapraszamy członków KLUBU.	Kazimierz Błaszyński kier. KLUBU słuchacz ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
piątek 23.05.2025	11:00	otwarcie wystawy	ZESPÓŁ PLASTYCZNY TERMOPILE Otwarcie wystawy pt. „ Struktury ”.	kier. Zespołu Zygmunt Jankowski słuchacz ZUTW Zapraszamy.	Cezary Bednarczyk malarz kurator wystawy	ZUTW Sala Słoneczna
sobota 24.05.2025	16:00	wernisaż	Centrum Przyrodnicze Otwarcie wystawy fotograficznej Ireny Anioł „Przyroda w obiektywie Joan An”.	Irena Anioł Słuchaczka ZUTW.	<i>Zapraszamy.</i>	Centrum Przyrodnicze ZG ul. Dąbrowskiego 14
sobota 24.05.2025	18:00	koncert	ZAPROSZENIE na koncert w wykonaniu Polsko- Niemieckiej Orkiestry Młodzieżowej oraz chóru Cantemus Domino z okazji 80.rocznicy zakończenia II wojny światowej i 50. Rocznic podpisania umowy o partnerstwie miast Cottbus- Zielona Góra.	<u>W programie:</u> A. Vivaldi, S. Rachmaninow, J. Brahms, E. Elgar, E. Morricone, G. Verdi, L.van Beethoven, G.F. Haendel, J.B. Lully <u>Dyrygują:</u> Kornela Szczepańska, Maciej Ogarek, Hannes Metze – Stuyven, Bartłomiej Stankowiak	Zapraszają: Prezydent Miasta Zielona Góra Marcin Pabierowski oraz Nadburmistrz Cottbus Tobias Schick. <i>Wstęp wolny.</i>	Aula Uniwersytetu Zielonogórskiego ul. Podgórna 50

poniedziałek 26.05.2025	08:00	wczasy	WCZASY nad morzem w PUSTKOWIE od 26 maja do 6 czerwca 2025	W programie wiele atrakcji organizowanych przez samych słuchaczy, m.in. poranna gimnastyka, lotki, boccia, pokaz mody /HAWAJE/ , wystawa malarstwa i rękodzieła, zabawa taneczna...	Autokar będzie podstawiony o godz.07:30	Wyjazd godz. 08:00 Parking Stara Gazownia ul. Zamkowa ZG
poniedziałek 26.05.2025	10:30-12:00	wykład	KLUB FILOZOFICZNY „COGITO” Jaka jest różnica między życiem a egzystencją?	Zapraszamy.	dr Paweł Walczak UZ kier. Jerzy Lewandowski, Anna Barbara Czarnecka słuchacze ZUTW	ZUTW Sala Słoneczna
wtorek 27.05.2025	10:00-12:00	przeгляд zdjęć	KLUB FOTOGRAFICZNY „FOTOOKO” Przeгляд zdjęć oraz demontaż wystawy.	Zapraszamy członków KLUBU.	kier. Regina Pawliczak słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
środa 28.05.2025	08:00	Festiwal Sportu	ZAPROSZENIE dla słuchaczy ZUTW na kolejny Polsko-Niemiecki Festiwal Sportu Seniorów. Zapisy imienne w sekretariacie. <i>Obowiązuje sportowe ubranie i obuwie oraz koszulki Uniwersyteckie.</i>	Wyjazd 100 słuchaczy ZUTW. W programie: wspólna rozgrzewka, piłki fit, kije, nordic Walking, ergometr rowerowy, gimnastyka na stołkach, Qi Gong, step aerobik, trening odnowy biologicznej, gry ringowe, tenis, strzelanie do bramek, Zumba, tenis stołowy, TheraBand / taśmy rehabilitacyjne/ i wiele więcej. Zapewniony posiłek.	Organizator: Ron Radlow Cottbuser Sportjugend Sportowa Młodzież Cottbus Stadtsporbund Cottbus e.V. Miejski Związek Sportowy. Realizacja wspólnie podpisanego polsko-niemieckiego projektu pomiędzy ZUTW a w/w partnerem.	Wyjazd autokarów o godz. 08:00 z przystanku k. Castoramy ul. Wojska Polskiego ZG
środa 28.05.2025	13:15	koncert	ZESPÓŁ WOKALNO – ESTRADOWY „AKOLADA” Koncert pt. „Wiosna ma imię KOBIETA” dla seniorów z Dziennego Domu „Senior-Wigor”.	Seniorzy – seniorom. <i>Śpiew to sposób, by powiedzieć to, czego słowa nie uniosą.</i>	Aleksandra Matusiak – Kujawska pedagog tańca i śpiewu	Dzienny Dom Senior - Wigor Świdnica ul. Saperów 27
czwartek 29.05.2025	10:00-11:00	wykład, warsztaty	PRACOWNIA EDUKACJI FOTOGRAFICZNEJ Omówienie zdjęć.	Nauczanie odbywa się niezależnie od posiadanego sprzętu: może być smartfon lub aparat cyfrowy. Zajęcia zakończą się wystawą fotograficzną podsumowującą rok nauczania. <i>Zajęcia odpłatne.</i>	Paweł Janczaruk fotograf Członek Honorowy ZUTW kier. Jolanta Klim słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Zielona
czwartek 29.05.2025	11:00-12:00	wykład, warsztaty	OBSŁUGA SMARTFONOWYCH APLIKACJI Bezpieczeństwo w sieci.	Nauka odbywa się na tabletach. <i>Zajęcia odpłatne.</i>	Paweł Janczaruk fotograf Członek Honorowy ZUTW kier. Jolanta Lorens słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Zielona

czwartek 29.05.2025	12:00- 14:00	wykład, warsztaty	KLUB MIŁOŚNIKÓW GRAFIKI AI /KMG AI/ Przygotowanie wystawy prac graficznych członków Klubu.	Zapraszamy.	Pomysłodawca i prowadzenie KLUBU Kazimierz Błaszyński słuchacz ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
piątek 30.05.2025	wg inf.	wg.inf.	KLUB FOTOGRAFICZNY „FOTOX” Wyjazd do Bydgoszczy – plener fotograficzny.	Zapraszamy członków KLUBU.	Kazimierz Błaszyński kier. KLUBU słuchacz ZUTW	wg inf. w KLUBIE
wg inf.	wg inf.	wg inf.	SPOTKANIA REDAKCJI „INSPIRACJI” Omówienie wydania kolejnego numeru PISMA	wg inf.	wg inf.	wg inf.
wg inf.	wg inf.	Wg inf.	ZESPÓŁ DS. ZIELENI „FIRLETKA”	spotkania wg inf. w ZESPOLE	Zapraszamy do współpracy.	ZUTW

STUDIUM JEZYKOWE

II SEMESTR ROK AKADEMICKI 2024/2025

poniedziałki 05,12,19,26. 05.2025	12:30-13:15	JĘZYK FRANCUSKI podstawowa	mgr Helena Krzyżanowska członek wspierający ZUTW kier. Jolanta Nenycz słuchaczka ZUTW	ZUTW SALA WRZOSOWA
poniedziałki 05,12,19,26. 05.2025	13:30-14:15	JĘZYK FRANCUSKI średniozaawansowana	mgr Helena Krzyżanowska członek wspierający ZUTW, kier. Janusz Mróz słuchacz ZUTW	ZUTW SALA WRZOSOWA
wtorki 06,13,20,27. 05.2025	8:30 – 9:15	ANGIELSKI A1	lic. Elżbieta Kapela University of Westminster London Poziom C1 kier. Alicja Bieniasz słuchaczka ZUTW	ZUTW SALA ZIELONA
wtorki 06,13,20,27. 05.2025	9:25 -10:10	ANGIELSKI A 2	lic. Elżbieta Kapela University of Westminster London Poziom C1 kier. Krystyna Jarowicz słuchaczka ZUTW	ZUTW SALA ZIELONA
wtorki 06,13,20,27. 05.2025	10:20 -11:05	ANGIELSKI A 1	lic. Elżbieta Kapela University of Westminster London Poziom C1 kier. Maria Udycz-Czernichenko słuchaczka ZUTW	ZUTW SALA ZIELONA
wtorki 06,13,20,27. 05.2025	11:15 -12:00	ANGIELSKI A 0 +	lic. Elżbieta Kapela University of Westminster London Poziom C1 kier. Urszula Sawczuk słuchaczka ZUTW	ZUTW SALA ZIELONA
wtorki 06,13,20,27. 05.2025	12:10 -12:55	ANGIELSKI A 0 od podstaw	lic. Elżbieta Kapela University of Westminster London Poziom C1 kier. Danuta Szymanowska	ZUTW SALA ZIELONA

wtorki 06,13,20,27. 05.2025	13:05 -13:50	ANGIELSKI A 0 od podstaw	lic. Elżbieta Kapela University of Westminster London Poziom C1 kier. Iwona Buczacka	ZUTW SALA ZIELONA
środy 07,14,28. 05.2025	10:00-10:45	NIEMIECKI A1	mgr Beata Łapanowska, kier. Janina Godziszewsk słuchaczka ZUTW	ZUTW SALA WRZOSOWA
środy 07,14,28. 05.2025	11:00-11:45	NIEMIECKI A2	mgr Beata Łapanowska kier. Henryka Frankiewicz słuchaczka ZUTW	ZUTW SALA WRZOSOWA
środy 07,14,28. 05.2025	12:00-12:45	NIEMIECKI A0 od podstaw	mgr Beata Łapanowska kier. Jolanta Misiuk słuchaczka ZUTW	ZUTW SALA WRZOSOWA
środy 07,14,28. 05.2025	8:30-09:15	ANGIELSKI A0+	mgr Józef Kozanowski kier. Stanisław Piotr Misiuk słuchacz ZUTW	ZUTW SALA ZIELONA
środy 07,14,28. 05.2025	9:25-10:10	ANGIELSKI A2	mgr Józef Kozanowski kier. Leszek Brychcy słuchacz ZUTW	ZUTW SALA ZIELONA
środy 07,14,28. 05.2025	10:20-11:05	ANGIELSKI B1	mgr Józef Kozanowski kier. Bożena Szykowna słuchacz ZUTW	ZUTW SALA ZIELONA
środy 07,14,28. 05.2025	11:15-12:00	ANGIELSKI B1+	mgr Józef Kozanowski kier. Maria Kacprzyk słuchaczka ZUTW	ZUTW SALA ZIELONA
środy 07,14,28. 05.2025	12:10-12:55	ANGIELSKI A2	mgr Józef Kozanowski kier. Krzysztof Subocz słuchacz ZUTW	ZUTW SALA ZIELONA
środy 07,14,28. 05.2025	13.05-13:50	ANGIELSKI A2+	mgr Józef Kozanowski kier. Krystyna Lilianna Gała słuchaczka ZUTW	ZUTW SALA ZIELONA
czwartki 08,15,22,29 05.2025	10:00-10:45	JĘZYK WŁOSKI AO od podstaw	Barbara Wrześniak nauczyciel akademicki UZ tłumacz przysięgły j. włoskiego i francuskiego kier. Sabina Mazuchowska słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Wrzosowa
czwartki 08,15,22,29 05.2025	11:00-11:45	JĘZYK WŁOSKI AO+	Barbara Wrześniak nauczyciel akademicki UZ tłumacz przysięgły j. włoskiego i francuskiego kier. Henryk Łacny słuchacz ZUTW	ZUTW Sala Wrzosowa

GIMNASTYKI, TANIEC, ZDROWY STYL ŻYCIA w ZUTW

II SEMESTR ROK AKADEMICKI 2024/2025

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	PROWADZĄCY / KIEROWNICY to /słuchacze ZUTW /	MIEJSCE
poniedziałki 05.12,19,26. 05.2025	8:30 – 9:15	ĆWICZENIA lecniczo-usprawniająca narządy ruchu	lic. Idalia Grad trenerka medyczna, personalna, instruktorka sportu – fitness i Nordic Walking kier. Mirosława Sokółowska, Jadwiga Polańska słuchaczki ZUTW	ZUTW Sala Wesoła

poniedziałki 05.12,19,26. 05.2025	9:30 – 10:15	ĆWICZENIA lecniczo-usprawniająca narządy ruchu	lic. Idalia Grad trenerka medyczna, personalna, instruktorka sportu – fitness i Nordic Walking kier. Irena Dobiecka słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Wesoła
poniedziałki 05.12,19,26. 05.2025	10:30- 11:15	ĆWICZENIA lecniczo-usprawniająca narządy ruchu	lic. Idalia Grad trenerka medyczna, personalna, instruktorka sportu – fitness i Nordic Walking, kier. Grażyna Nieczkowska słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Wesoła
poniedziałki 05.12,19,26. 05.2025	11:30 -12:15	PILATES MEDYCZNY zajęcia oparte na nowych badaniach nad ruchem i biomechaniką kręgosłupa	Ewa Skorupka dr nauk o kulturze fizycznej mgr rehabilitacji ruchowej, kier. Albina Bryl słuchaczka ZUTW	NESSFIT Akademia Ruchu – Ewa Skorupka ul. Wiśniowa 19A
poniedziałki 05.12,19,26. 05.2025	12:30-13:15	PILATES MEDYCZNY zajęcia oparte na nowych badaniach nad ruchem i biomechaniką kręgosłupa	Ewa Skorupka dr nauk o kulturze fizycznej mgr rehabilitacji ruchowej kier. Ewa Lisiak słuchaczka ZUTW	NESSFIT Akademia Ruchu – Ewa Skorupka ul. Wiśniowa 19A
poniedziałki 05.12,19,26. 05.2025	11:30–12:15	ZDROWY KRĘGOSŁUP grupa średniozaawansowana	Grażyna Wyczałkowska instruktorka rekreacji ruchowej i fitness, trener personalny kier. Brygida Szymańska-Żyża z-ca Zuzanna Puch słuchaczki ZUTW	ZUTW Sala Wesoła
poniedziałki 05.12,19,26. 05.2025	12:30-13:15	PILATES grupa zaawansowana	Grażyna Wyczałkowska instruktorka rekreacji ruchowej i fitness, trener personalny kier. Krystyna Łaszcz słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Wesoła
poniedziałki 05.12,19,26. 05.2025	13:30-14:15	ZDROWY KRĘGOSŁUP grupa średniozaawansowana.	Grażyna Wyczałkowska instruktorka rekreacji ruchowej i fitness, trener personalny kier. Ewa Mackiewicz słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Wesoła
poniedziałki 05.12,19,26. 05.2025	14:30-15:15	NEUROBIK dla seniorów Bystrość umysłu Zajęcia ruchowe z przyborami przy muzyce skupione na bodźcowaniu naszego mózgu.	Grażyna Wyczałkowska instruktorka rekreacji ruchowej i fitness, trener personalny kier. Grażyna Borodyńko słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Wesoła
wtorki 06,13,20,27. 05.2025	8:15- 9:00	TAI CHI chińska gimnastyka zdrowotna	Józef Kozanowski instruktor kier. Jadwiga Polańska słuchaczka ZUTW	NESSFIT Akademia Ruchu ul. Wiśniowa 19A
wtorki 06,13,20,27. 05.2025	9:15- 10:00	TAI CHI chińska gimnastyka zdrowotna	Józef Kozanowski instruktor kier. Maria Ewa Iwanicka słuchaczka ZUTW	NESSFIT Akademia Ruchu ul. Wiśniowa 19A
wtorki 06,13,20,27. 05.2025	10:15- 11:00	TAI CHI chińska gimnastyka zdrowotna	Józef Kozanowski instruktor kier. Bernadetta Skubiszewska słuchaczka ZUTW	NESSFIT Akademia Ruchu ul. Wiśniowa 19A
wtorki 06,13,20,27. 05.2025	11:15–12:00	TAI CHI chińska gimnastyka zdrowotna	Józef Kozanowski instruktor kier. Anna Kupniewska słuchaczka ZUTW	NESSFIT Akademia Ruchu ul. Wiśniowa 19A
wtorki 06,13,20,27. 05.2025	8:30 – 9:15	ZDROWY KRĘGOSŁUP ulga dla pleców gimnastyka lecniczo-usprawniająca narządy ruchu	mgr Fizjoterapii Marlena Antoń instruktorka nowoczesnych form gimnastyki i profilaktyki zdrowia kier. Alicja Zboralska słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Wesoła
wtorki 06,13,20,27. 05.2025	9:30 – 10:15	ZDROWY KRĘGOSŁUP ulga dla pleców gimnastyka lecniczo-usprawniająca narządy ruchu	mgr Fizjoterapii Marlena Antoń instruktorka nowoczesnych form gimnastyki i profilaktyki zdrowia kier. Krystyna Dróbka	ZUTW Sala Wesoła

wtorki 06,13,20,27. 05.2025	10:30- 11:15	ZDROWY KRĘGOSŁUP ulga dla pleców gimnastyka lecniczo-usprawniająca narządy ruchu	mgr Fizjoterapii Marlena Antoń instruktorka nowoczesnych form gimnastyki i profilaktyki zdrowia kier. Grażyna Siadul słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Wesoła
wtorki 06,13,20,27. 05.2025	11:30–12:30	Teatr TANCA CON PASSIONE	Paweł Matyasik pedagog, tancerz, choreograf kier. Irena Furman słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Wesoła
wtorki 06,13,20,27. 05.2025	12:50-13:35	PROFILAKTYKA UKŁADU KRAŻENIA i WZMACNIANIE MIĘŚNI MIEDNICY	dr Natalia Rogaczewska spec. Fizjoterapii kier. Helena Haczkowska słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Wesoła
wtorki 06,13,20,27. 05.2025	13:45-14:30	PROFILAKTYKA UKŁADU KRAŻENIA i WZMACNIANIE MIĘŚNI MIEDNICY	dr Natalia Rogaczewska spec. Fizjoterapii kier. Grażyna Cwojdzńska słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Wesoła
środy 07,14,28. 05.2025	8:30 – 9:30	JOGA – ćwiczenia i metody doskonalenia ciała i umysłu	Danuta Styś – Wierzchołowska nauczyciel kier. Krystyna Gryc słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Wesoła
środy 07,14,28. 05.2025	9:45 – 10:45	JOGA – ćwiczenia i metody doskonalenia ciała i umysłu	Danuta Styś – Wierzchołowska nauczyciel kier. Maria Nalewajek słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Wesoła
środy 07,14,28. 05.2025	11:00–11:45	RADOŚĆ TAŃCZENIA	mgr Aleksandra Matusiak- Kujawska pedagog tańca i śpiewu kier. Albina Bryl słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Wesoła
środy 07,14,28. 05.2025	12:00–12:45	RADOŚĆ TAŃCZENIA	mgr Aleksandra Matusiak- Kujawska pedagog tańca i śpiewu kier. Krystyna Łaszcz słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Wesoła
środy 07,14,28. 05.2025	13:00–13:45	GIMNASTYKA USPRAWNIAJĄCA z muzyką	mgr Irena Karnicka nauczyciel kier. Maria Jolanta Lorens słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Wesoła
czwartki 08,15,22,29. 05.2025	8:30- 9:15	ĆWICZENIA lecniczo-usprawniająca narządy ruchu	lic. Idalia Grad trenerka medyczna, personalna, instruktorka sportu – fitness i Nordic Walking, kier. Janina Krawczyk słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Wesoła
czwartki 08,15,22,29. 05.2025	9:30- 10:15	ĆWICZENIA lecniczo-usprawniająca narządy ruchu	lic. Idalia Grad trenerka medyczna, personalna, instruktorka sportu – fitness i Nordic Walking, kier. Danuta Zarzecka słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Wesoła
czwartki 08,15,22,29. 05.2025	10:30–11:15	ĆWICZENIA lecniczo-usprawniająca narządy ruchu	lic. Idalia Grad trenerka medyczna, personalna, instruktorka sportu – fitness i Nordic Walking, kier. Helena Haczkowska słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Wesoła
czwartki 08,15,22,29. 05.2025	11:30-12:15	ZDROWY KRĘGOSŁUP	Grażyna Wyczałkowska instruktorka rekreacji ruchowej i fitness, trener personalny, kier. Wanda Maciejewska Urszula Araszkiwicz słuchaczki ZUTW	ZUTW Sala Wesoła
czwartki 08,15,22,29. 05.2025	12:30-13:15	PILATES grupa zaawansowana	Grażyna Wyczałkowska instruktorka rekreacji ruchowej i fitness, trener personalny kier. Małgorzata Barańska słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Wesoła
czwartki 08,15,22,29. 05.2025	13:30-14:15	ZDROWY KRĘGOSŁUP grupa średniozaawansowana	Grażyna Wyczałkowska instruktorka rekreacji ruchowej i fitness, trener personalny, kier. Izabella Zalewska- Zakobielska z-ca Krystyna Reichert słuchaczki ZUTW	ZUTW Sala Wesoła

czwartki 08,15,22,29. 05.2025	14.30-15.15	NEUROBIK dla seniorów. Bystrość umysłu. Zajęcia ruchowe z przyborami przy muzyce skupione na bodźcowaniu naszego mózgu.	Grażyna Wyczałkowska instruktorka rekreacji ruchowej i fitness, trener personalny, kier. Teresa Mikołajska z-ca Maria Majewska słuchaczki ZUTW	ZUTW Sala Wesoła
piątki 09,16,23,30. 05.2025	8:30 -9:30	JOGA dla średniozaawansowanych	dr Ewa Jędrzejowska dyplomowany instruktor jo, kier. Edward Ciaś słuchacz ZUTW	ZUTW Sala Wesoła
piątki 09,16,23,30. 05.2025	9:40- 10:40	JOGA średniozaawansowanych	dr Ewa Jędrzejowska dyplomowany instruktor jogi kier. Dorota Bartwińska słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Wesoła
piątki 09,16,23,30. 05.2025	10:50 -11:35	GRUPA TANECZNA "BARWY TAŃCA"3 Zaawansowana	Krzysztof Kociński pedagog, tancerz, choreograf, kier. Henryka Frankiewicz słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Wesoła
piątki 09,16,23,30. 05.2025	11:45 -12:30	GRUPA TANECZNA "BARWY TAŃCA"1	Krzysztof Kociński pedagog, tancerz, choreograf, kier. Maria Nalewajek słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Wesoła
piątki 09,16,23,30. 05.2025	12:40-13:25	GRUPA TANECZNA "BARWY TAŃCA" 2	Krzysztof Kociński pedagog, tancerz, choreograf kier. Joanna Grabowska słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Wesoła
piątki 09,16,23,30. 05.2025	10:15-11:00	PILATES MEDYCZNY	lic. Idalia Grad trenerka medyczna, personalna, instruktorka sportu – fitness i Nordic Walking, kier. Elżbieta Szcześniak słuchaczka ZUTW	NESSFIT Akademia Ruchu - Ewa Skorupka ul. Wiśniowa 19A
piątki 09,16,23,30. 05.2025	11:15-12:00	PILATES MEDYCZNY	lic. Idalia Grad trenerka medyczna, personalna, instruktorka sportu – fitness i Nordic Walking, kier. Barbara Kusz słuchaczka ZUTW	NESSFIT Akademia Ruchu - Ewa Skorupka ul. Wiśniowa 19A
piątki 09,16,23,30. 05.2025	12:15-13:00	PILATES MEDYCZNY	lic. Idalia Grad trenerka medyczna, personalna, instruktorka sportu – fitness i Nordic Walking, kier. Maria Serba słuchaczka ZUTW	NESSFIT Akademia Ruchu - Ewa Skorupka ul. Wiśniowa 19A
piątki 09,16,23,30. 05.2025	16:30-17:30	GRUPA TANECZNA „SENIOR PERFECT”	Aneta Ostrówka międzynarodowy prezenter i instruktor fitness, kier. Krystyna Łaszc słuchaczka ZUTW	Centrum Tańca i Fitness MY WAY CENTER ul. Morelowa 34

BASENY. ZDROWY STYL ŻYCIA

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	PROWADZĄCY	MIEJSCE
poniedziałki 05,12,19,26. 05.2025	13:00-15:00	Aqua Aerobik – ćwiczenia w wodzie.	Uprawnieni do zajęć pracownicy CRS	Centrum Rekreacyjno – Sportowe ul. Sulechowska 41
piątki 09,16,23,30. 05.2025	11:15-12.00	Aqua Aerobik. Gimnastyka usprawniająca.	Irena Karnicka nauczyciel	Basen ul. Wyspiańskiego 17

KOMUNIKATY, OGŁOSZENIA, INFORMACJE, WYDARZENIA w ZUTW

Aktualne informacje znajdują się na stronie Internetowej www.utw.zgora.pl i na FB

Uroczyste **Zakończenie Roku Akademickiego Zielonogórskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku 2024/2025** organizowane jest pod patronatem **Prezydenta Miasta Zielona Góra Marcina Pabierowskiego**. Uroczystość odbędzie się **21 maja 2025 roku** w Wojewódzkim Ośrodku Sportu i Rekreacji im. Zbigniewa Majewskiego w Drzonkowie. **Przyjęty patronat wpisuje się w ogłoszony przez władze Zielonej Góry Rok 2025 Rokiem Seniora**, podkreślając tym samym znaczenie polityki senioralnej i socjalnej jako kluczowych dla miasta.

Wydarzenie zrealizowano przy pomocy finansowej Miasta Zielona Góra.

WYSTAWY W ZUTW

- *Wystawa Grupy fotograficzno-filmowej „Kwadrat” pt. „**Geometria miasta**” w holu GALERII M-KWADRAT.
- *Wystawa Klubu Fotograficznego „**FOTOOKO**” pt. „**13 Przegląd 2024 Roku**” w Sali Klubowej i holu ZUTW.
- *Wystawa Zespołu Plastycznego „**KONTRAPOST**” pt. „**Rozświetlanie mroków**” w Sali Słonecznej i holu.
- *Od 23.05.2025 Wystawa Zespołu Plastycznego „**Termopile**” pt. „**Struktury**” w Sali Słonecznej i holu.

MAJ 2025 W NORWIDZIE

Zapraszamy - prosimy o odnotowanie wydarzeń i skorzystanie z zaproszenia.

MAJ 2025

Biblioteka. Lubię Tu Być! Tydzień Bibliotek 2025 - 8-15 maja 2025

- **8 maja 2025, godz. 10.00**
Popularnonaukowa Konferencja Bibliotekoznawcza *Dzieje bibliotekarstwa i bibliotek oraz bibliotekoznawstwa na Ziemi Lubuskiej*.
Więcej informacji na: WWW.KONFERENCJA.NORWID.NET.PL
WiMBP im. Cypriana Norwida w Zielonej Górze, Sala im. Janusza Koniusza, al. Wojska Polskiego 9. 70 lat WiMBP im. Cypriana Norwida w Zielonej Górze
- **8 maja 2025, godz. 17.00**
Wernisaż wystawy *Perły grafiki książkowej. Wystawa kolekcji Profesora Franciszka Pilarczyka*, z udziałem Jubilata w 85. rocznicę urodzin. Galeria, łącznik, Mediateka Góra Mediów, WiMBP im. Cypriana Norwida w Zielonej Górze, al. Wojska Polskiego 9
- **8 maja 2025, godz. 18.30**
Czwartek Lubuski z **Andrzejem Dragułą**, połączony z promocją tomiku poezji *Późny debiut*. Prowadzenie: prof. dr hab. Małgorzata Mikołajczak
Pro Libris Café im. Andrzeja K. Waśkiewicza, al. Wojska Polskiego 9
- **8-15 maja 2025**, w dni powszednie w godz. 10.00-17.00, sobota 9.00-15.00.
Majowy Kiermasz Książek, Patio WiMBP im. Cypriana Norwida w Zielonej Górze, al. Wojska Polskiego 9, 70 lat WiMBP im. Cypriana Norwida w Zielonej Górze
- **8-31 maja 2025**
Wystawa fotografii, *Historia Zielonogórskiej Książnicy* ekspozycja przed Gmachem Głównym WiMBP im. Cypriana Norwida w Zielonej Górze, al. Wojska Polskiego 9
- **9.05.2025, godz. 18.00**
Spacer ornitologiczny z przewodnikiem drem Pawłem Czechowskim, naukowcem z Uniwersytetu Zielonogórskiego (Instytut Sportu, Turystyki i Żywnienia).
WiMBP im. Cypriana Norwida w Zielonej Górze, Filia nr 11, ul. Ptasia 32
- **9 maja 2025, godz. 18.00**
Spotkanie autorskie z Przemysławem Piotrowskim, połączone z premierą książki *Mężczyzna, który rozmawiał z hienami*. Prowadzenie: Magdalena Faron. WiMBP im. Cypriana Norwida w Zielonej Górze, Sala im. Janusza Koniusza, al. Wojska Polskiego 9
- **10 maja 2025, godz. 10.00-14.00**
Paczka dla bezdomniaczka, zbiórka mokrej karmy dla bezdomnych zwierząt w zamian za książkę. Organizator: Stowarzyszenie Inicjatywa dla Zwierząt. Współorganizator: Wojewódzka i Miejska Biblioteka Publiczna im. Cypriana Norwida w Zielonej Górze, HOL, WiMBP im. Cypriana Norwida w Zielonej Górze, al. Wojska Polskiego 9
- **12 maja 2025, godz. 18.00**
Ja i jedzenie – Wszystko o zaburzeniach odżywiania. Spotkanie z psychologiem i psychoterapeutą Piotrem Zbigniewem Kamratem dla młodzieży oraz dorosłych.
Prowadzenie: Anna Urbańska. WiMBP im. Cypriana Norwida w Zielonej Górze, Lubuskie Laboratorium Książki, Pro Libris Café im. Andrzeja K. Waśkiewicza, al. Wojska Polskiego 9. WiMBP im. Cypriana Norwida w Zielonej Górze, Filie 4 i 9, ul. Podgórna 45
- **13 maja 2025, godz. 18.00**
Spotkanie autorskie ze Sławomirem Gortychem, połączone z promocją książki *Schronisko, które spowijał mrok*, WiMBP im. Cypriana Norwida w Zielonej Górze, Sala im. Janusza Koniusza, al. Wojska Polskiego 9, lat WiMBP im. Cypriana Norwida w Zielonej Górze
- **14 maja 2025, godz. 10.00**
Druga konferencja z cyklu *Region w dialogu. Zintegrowane badania nad Ziemią Lubuską* ph. *Archiwum: Miejsce Pamięci - Pamięć Miejsca*
Organizatorzy; Lubuskie Towarzystwo Naukowe, Wojewódzka i Miejska Biblioteka Publiczna im. Cypriana Norwida w Zielonej Górze, Archiwum Państwowe w Zielonej Górze, Instytut Filologii Polskiej Uniwersytetu Zielonogórskiego, WiMBP im. Cypriana Norwida w Zielonej Górze, Sala im. Janusza Koniusza, al. Wojska Polskiego 9

- **15 maja 2025, godz. 17.00**
Czwartek Lubuski, promocja najnowszego numeru (nr 91) Kwartalnika „Pro Libris” *Ona On Ono* z udziałem redakcji oraz zaproszonych gości.
WiMBP im. Cypriana Norwida w Zielonej Górze, Pro Libris Café im. Andrzeja K. Waśkiewicza, al. Wojska Polskiego 9
- **15 maja 2025, godz. 18.30**
Czwartek Lubuski, spotkanie autorskie z Barbarą Wysoczańską, połączone z premierą książki *Kolaborantka*. Prowadzenie: Katarzyna Grabias-Banaszewska, WiMBP im. Cypriana Norwida w Zielonej Górze, Sala im. Janusza Koniusza, al. Wojska Polskiego 9
- **17 maja 2025 (sobota), godz. 19.00-22.00**
Noc Muzeów w Muzeum Ilustracji Książkowej
WIECEJ INFORMACJI NA: WWW.BIBLIOTEKA.ZGORA.PL
WiMBP im. Cypriana Norwida w Zielonej Górze, Muzeum Ilustracji Książkowej (p. IV), al. Wojska Polskiego 9

ZAPROSZONO NAS W KWIETNIU/MAJU 2025

- ***Lubuski Teatr** na spektakle 08.04.2025 i 09.04.2025 / „Ach! Odess-Mama...”, „Siostrunie” i „Piaf”.
- ***Instytut Muzyki UZ** zaprosił nas w **dniach 4-6 kwietnia 2025 roku** do udziału w Otwartych Warsztatach Gospel, które poprowadził **Brian Fentress** – wokalista specjalizujący się w muzyce tego gatunku, dyrygent, trener wokalny, kompozytor i producent muzyczny. Instytut Muzyki zaprosił też wszystkich studentów UZ oraz śpiewające osoby spoza uczelni na bezpłatne warsztaty, które zakończyły się koncertem finałowym 6 kwietnia br. w auli Uniwersytetu Zielonogórskiego przy ul. Podgórnjej 50.
- ***Instytut Muzyki UZ** na „**Wieczór z muzyką klasyczną**” 07.04.2025.
- * **Instytut Muzyki UZ i MZL** na „**Wieczór arii starołęskich**” w wykonaniu studentów klasy wokalne prof. dr hab. Bogumiły Tarasiewicz 08.04.2025.
- * **Instytut Muzyki UZ i MZL** na koncert „**Dreyblatt czyli spotkanie na 6 rąk**” 14.04.2025. Wystąpili studenci Instytutu Muzyki UZ.
- * „**Śpiewnik Uniwersytecki**” ZUTW - na występ w Pałacu w Starym Kisielinie - filia ZOK 29.04.2025.
- ***Zaproszono nas** na wydarzenie **LITERACI Z KSIAŻKĄ NA DEPTAKU**. Zgodnie z wprowadzoną w 2025 roku tradycją (Winobranie, Jarmark Bożonarodzeniowy) zielonogórscy pisarze spotykają się w okresie Majówki 2025 na deptaku z czytelnikami, gośćmi i mieszkańcami Zielonej Góry. Organizatorem wydarzenia są: Zajazd Kultury, grupa literacka „Syndykat Staromiejski” oraz księgarnia „Staromiejska”, w ramach programu własnego Instytutu Książki „Certyfikat dla małych księgarni”. Wydarzenie w przeciwieństwie do podobnych spotkań literackich, przypisywanych do krzewienia tradycji winiarskich, odbywa się bez zaangażowania publicznych pieniędzy Miasta Zielona Góra i jest wyrazem podziękowania ze strony organizatorów za możliwość działania na rzecz mieszkańców i gości naszej wspaniałej Zielonej Góry. Własnym wkładem do bogactwa kulturowego Winnego Grodu.
- ***Zaproszono nas** do udziału w szkoleniach nt. **Prawidłowa realizacja projektów z programu regionalnego na lata 2021-2027** w dn. 9.05.2025 r. oraz 15.05.2025 r. nt. **Przygotowanie dokumentacji aplikacyjnej dla projektów współfinansowanych ze środków Unii Europejskiej oraz generator wniosków o dofinansowanie**. Szkolenie odbędzie się w Zielonej Górze w Hotel Amadeus.
- ***Uniwersytet Zielonogórski** Zakład Pielęgniarstwa Wydział Lekarski i Nauk o Zdrowiu Collegium Medicum zaprosił nas na **INTERDYSCYPLINARĄ KONFERENCJĘ NAUKOWĄ Starzenie się, a może długowieczność?**, która odbędzie się 23 maja 2025 r. na Uniwersytecie Zielonogórskim, ul. Licealna 9 /Aula Rektorat UZ/.w godz. 09.30 – 15.10

PODZIĘKOWANIA

- *Dziękujemy raz jeszcze za wykład, który odbył się w kwietniu br. pt. „Profilaktyka, leczenie i codzienne życie z cukrzycą”, który wygłosiła lek. med., diabetolog **Magdalena Łosyk** wykładowca Klinika Chorób Wewnętrznych Instytut Nauk Medycznych Collegium Medicum UZ
- Dziękujemy za zaangażowanie w realizację tego spotkania **Prezes Lubuskiej Okręgowej Izby Aptekarskiej mgr Darii Wielogórskiej-Rutka**. Dziękujemy pielęgniarkom **Alicji Spaczyńskiej-Ratajczak i Kalinie Wacławek** – studentce pielęgniarstwa za przeprowadzenie badań poziomu cukru we krwi
- *Dziękujemy wszystkim **za przesłane życzenia** z okazji ŚWIĄT WIELKANOCNYCH–osobom indywidualnym, partnerom ZUTW, stowarzyszeniom i naszym słuchaczom ZUTW.

PROJEKTY

*Słuchaczki ZUTW Zofia Biniewska-Dobrzyńska, Helena Sługocka i Elżbieta Szcześniak, uczestniczyły w programie „**Niezwykła moc terapii**”. Program obejmował teorię i praktykę. Spotkania odbywały się w siedzibie Stowarzyszenia Twoja Rodzina. W tajniki różnych form terapii wprowadziły nas siostry Badura z firmy CREO. Poznałyśmy jak terapia wpływa na samopoczucie uczestnika, każdy może wybrać sobie terapię, tj. hipoterapię, dogoterapię, felinoterapię lub muzykoterapię, delfinoterapię itp. Spotkania zakończyliśmy wspólnym spędzeniem całego dnia. Był wspólny spacer z osobami potrzebujących terapii, gotowałyśmy obiad, a następnie każdy wykonał pachnącą sól do aromaterapii. Na koniec zajęć każdy zasadził iryska i ozdobił pojemniczki. Uczestniczki otrzymały certyfikaty ukończenia programu

***Uproszczona realizacja zadania publicznego** pn. „**ZIELONOGÓRSKI SENIOR W DOBREJ FORMIE**”. Rodzaj zadania: Pomoc społeczna. Realizacja: od 08.05.2025 do 30.06.2025. Organ administracji publicznej, do którego jest adresowana oferta: Prezydent Miasta Zielona Góra.

STUDENCI UNIwersYTETU ZIELONOGÓRSKIEGO

***Mateusz Paweł Dombrowicz** pisze pracę magisterską pod kierunkiem Prorektor ds. Studenckich i Jakości Kształcenia dr hab. Barbary Literkiej, prof. UZ nt. „*Edukacja muzyczna seniora na przykładzie działalności Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Zielonej Górze*”. Dziękujemy słuchaczom z którymi student przeprowadził rozmowy indywidualne o muzyce i edukacji muzycznej seniorów.

***Hubert Borek**, student socjologii realizuje badania na potrzeby pracy licencjackiej dot. korzystania z Internetu przez seniorów. Dziękujemy słuchaczom, którzy po krótkim wywiadzie wypełnili ankiety potrzebne do badań.

PLAN JEDNODNIOWYCH WYCIECZEK PIESZYCH

„**Nie siedź w domu - wędruj z nami**” na maj 2025 roku

„Ruch jest w stanie zastąpić prawie każdy lek, ale wszystkie leki razem wzięte nie zastąpią ruchu!” (prof. Akad. Med. dr Wiktor Dega)

Zapraszamy do udziału wszystkich pasjonatów turystyki pieszej i tej formy aktywnej rekreacji - także zamierzających rozpocząć jej uprawianie, dysponujących odpowiednim obuwiem i stosownym do pogody ubiorem!

Dzień	Prowadzący	Trasa – cel wycieczki
02.05 Pt	Andrzej Kizimowicz Przodownik turystyki pieszej PTTK	Do Pszczewa
04.05 Nd	Andrzej Kizimowicz Przodownik turystyki pieszej PTTK	Do Santoka
10.05 Sb	Olga Sikorska Przodownik turystyki pieszej PTTK	Do Cigacic na 100-lecie mostu
11.05 Nd	Olga Sikorska Przodownik turystyki pieszej PTTK	Doliną Szyszyny do Biedrzychowic Dol.
18.05 Nd	Zenon Wolniewicz Przodownik Turystyki Pieszej PTTK	Po Gryżyńskim Parku Krajobrazowym
25.05 Nd	Beata Musiałowska Przewodnik turystyczny	Do Puszczy Tarnawskiej

- Uczestnictwo jest bezpłatne! Uczestnik ponosi tylko koszt przejazdów, jeśli takie przewiduje plan wycieczki. Udział w tych wycieczkach ma miejsce na wyłączne ryzyko uczestnika! Organizator nie ubezpiecza uczestników od następstw ewentualnych nieszczęśliwych wypadków podczas wycieczki! Organizacja i prowadzenie tych wycieczek jest bezinteresowną pracą społeczną zaangażowanych w nią osób.

Blizsze informacje o wycieczce, takie jak: miejsce i czas zbiórki, trasa i jej długość, koszt ewentualnych przejazdów, czas powrotu itp. zamieszczane są zwykle w prasie, w Internecie na stronie: www.omzgora.pttk.pl na tablicy ogłoszeń na placu Powstańców Wlkp. oraz wywieszane w oknie biura naszego Oddziału przy ulicy Kupieckiej 17. Sporządził: Wojciech Kasprzak

ŻYCZENIA dla JUBILATÓW, słuchaczy ZUTW urodzonych w maju

Urodziny obchodzi 82 słuchaczy. Najstarsze 3 słuchaczki mają po 88 lat, najmłodsza słuchaczka ma 62 lata.

*Z okazji Waszych urodzin, które przypadają w pięknym, majowym miesiącu,
pragniemy złożyć Wam najserdeczniejsze życzenia.
Niech majowe słońce świeci dla was szczególnie jasno !*

życzy Zarząd ZUTW
Zofia Banaszak
Prezes Zarządu

Program napisała: Zofia Banaszak

Korekta: Teresa Błaszyńska, Bożenna Strączyńska